

# Persönlichkeitsstörung Teil 5: Emotional instabile Persönlichkeitsstörung und Borderline-Störung

Gefühlschaos, starke Stimmungsschwankungen, Schwarz-Weiß - "Borderline ist wie ein Leben ohne feste Wurzeln"; "Borderline ist ein Leben am Rande des Aushaltbaren"; "Borderline bedeutet ein Kind zu sein, das verzweifelt nach seiner Mutter sucht" - so beschreiben Betroffene im Internet ihr Leiden. Das Erleben eines Menschen, der unter einer Borderline-Persönlichkeitsstörung leidet, ist für Angehörige oder Freunde kaum nachzuempfinden.

Die Borderline-Störung ist dabei dem Cluster der emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung zuzuordnen. Die wesentlichen Merkmale der emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung (ICD-10-Code ist F60.3) sind ein stark impulsives Handeln ohne Rücksicht auf die Konsequenzen; ständig wechselnde, oft unvorhersehbare und launenhafte Stimmungslagen (extreme Stimmungsschwankungen); Unfähigkeit zur Vorausplanung; heftige Zornausbrüche mit teilweise gewalttätigem Verhalten und mangelnder Impulskontrolle. Es besteht die Tendenz zu streitsüchtigem Verhalten und Konflikten zu anderen, insbesondere wenn die impulsiven Handlungen durchkreuzt oder behindert werden. Diese Persönlichkeitsstörung wird, wie alle Persönlichkeitsstörungen, vor allem in den zwischenmenschlichen Beziehungen deutlich.

Die emotional instabile Persönlichkeitsstörung umfasst zwei Typen: Den **impulsiven Typus** (F60.30) und den **Borderline Typus** (F60.31).

Die wesentlichen Charakterzüge des impulsiven Typus (F60.30) sind *emotionale Instabilität* und eine *mangelnde Impulskontrolle*. Ausbrüche von gewalttätigem und bedrohlichem Verhalten sind häufig, vor allem bei Kritik durch andere. Mindestens drei der folgenden Eigenschaften oder Verhaltensweisen müssen vorliegen:

- eine deutliche Tendenz, unerwartet und ohne Berücksichtigung der Konsequenzen zu handeln
- eine deutliche Tendenz zu Streitereien und Konflikten mit anderen Mitmenschen, vor allem dann, wenn impulsive Handlungen unterbunden oder getadelt werden
- die Neigung zu Ausbrüchen von Wut oder Gewalt, mit der Unfähigkeit zur Kontrolle des explosiven Verhaltens
- Schwierigkeiten in der Beibehaltung von Handlungen, die nicht unmittelbar belohnt werden
- eine unbeständige und unberechenbare Stimmung

Die Impulsivität und mangelnde Impulskontrolle kann sich in vielerlei Verhaltensweise ausdrücken. Möglicherweise bestehen selbstschädigende Aktivitäten, wie Glücksspiele, übermäßige Geldausgaben, Substanzmissbrauch, risikoreiches Sexualverhalten, rücksichtsloses Fahren oder Essanfälle. Zum impulsiven Typus gehören meist auch die Begriffe:

- reizbare (explosible) Persönlichkeit(-sstörung)
- aggressive Persönlichkeit(-sstörung)

Als wichtige Ausschlussdiagnose für den impulsiven Typus ist die **dissoziale Persönlichkeitsstörung** (F60.2) anzusehen.

Der Borderline Typus (F60.31) ist sehr durch emotionale Instabilität, ein unklares Selbstbild und instabile Beziehungen gekennzeichnet. Das eigene Selbstbild, eigene Ziele und „innere Präferenzen“ (einschließlich der sexuellen) sind unklar und gestört. Die Neigung zu intensiven, aber sehr unbeständigen Beziehungen kann zu wiederholten emotionalen Krisen führen. Dabei gibt es in Beziehungen nicht selten Suiziddrohungen oder selbstschädigende Handlungen. Gerade das selbstschädigende Verhalten kann auch ohne deutliche Auslöser vorkommen und ist sehr charakteristisch für eine Borderlinestörung. Hinzu kommen ausgeprägte Spannungs- und Angstgefühle, das Empfinden von innerer Leere und Selbstentwertung.

Mindestens drei der fünf Kriterien (siehe oben) des impulsiven Typus müssen vorliegen und zusätzlich mindestens zwei der folgenden Eigenschaften bzw. Verhaltensweisen:

- eine Störung und starke Unsicherheit bezüglich des Selbstbilds, der Ziele und "inneren Präferenzen" liegt vor (einschließlich sexueller Orientierung)
- es besteht eine Neigung, sich auf intensive aber instabile Beziehungen einzulassen, oft mit der Folge einer emotionalen Krise
- eine übertriebene Bemühung, das Verlassenwerden zu vermeiden, liegt vor
- es gibt wiederholt Drohungen oder Handlungen mit Selbstbeschädigung und Selbstverletzungen

es bestehen anhaltende Gefühle von innerer Leere

Borderliner gehen durchaus intensive Beziehungen zu anderen ein, diese sind jedoch sehr instabil. Das zeigt sich häufig darin, dass der Beziehungspartner (oder auch die Bezugspersonen) meist zu Beginn einer Beziehung stark idealisiert werden. Es besteht der intensive Wunsch, viel gemeinsame Zeit miteinander zu verbringen und schnell intime Details mitzuteilen. Diese anfängliche Idealisierung kann jedoch abrupt in eine massive Entwertung umschlagen. Dem Partner wird vorgeworfen, er kümmere sich nicht genügend, er vernachlässige die Beziehung oder gebe nicht genug. In der Beziehung besteht dann oftmals ein Wechsel von Anklammern und Verlustängsten versus einem plötzlichen Wegstoßen und Entwerten des Partners (Angst vor Nähe; Angst vor Abstand). Personen mit einer emotional instabilen Persönlichkeitsstörung (Borderline-Typ) bemühen sich über alle Maßen, ein vermutetes oder tatsächliches Verlassenwerden zu vermeiden. Auch bei einer zeitlich begrenzten Trennung oder Planänderung reagieren sie mit Verlustängsten, unangemessenem Ärger und Wut. Infolge der Ängste besteht eine Unfähigkeit alleine zu sein und ein starkes Verlangen, andere Personen um sich zu haben. Die Bemühungen, nicht allein gelassen zu werden, gehen nicht selten mit Selbstmordandrohungen, -andeutungen oder gar -versuchen einher. Auch findet häufig selbstverletzendes Verhalten statt. Dies kann zum einen ebenfalls einen Signalcharakter haben oder der Entlastung dienen. Betroffene nutzen dieses selbstschädigende Verhalten zum Spüren, dass sie fühlen können und „noch da sind“, oder zum Spannungsabbau für das innere Gefühlschaos. Mithilfe des Schmerzes gelangen sie so in andere Bahnen. Es kann aber auch als Strafe dienen und das Gefühl des „schlecht seins“ bestätigen.

Die Erkrankung tritt überwiegend zwischen dem 18-30 Lebensjahr auf und die Diagnose wird häufiger bei Frauen (70%) als bei Männern gestellt. In Studien haben Betroffene oft traumatische Erfahrungen in ihrer Lebensgeschichte angegeben. Häufig liegt eine Kombination mit anderen psychischen Erkrankungen, wie affektive Störung (z.B. einer Depression), Abhängigkeitserkrankung, Essstörung (vor allem Bulimia Nervosa), Posttraumatische Belastungsstörung und Aufmerksamkeitsdefizit-/ Hyperaktivitätsstörung sowie andere Persönlichkeitsstörungen vor. Von der Allgemeinbevölkerung leiden etwa 2% an dieser Erkrankung.

Die Belastung für die Betroffenen und deren Angehörigen sind bei einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung sehr hoch. Gerade das selbst- und fremdverletzenden Verhalten sowie die schwierige Beziehungsgestaltung erzeugen einen hohen Leidensdruck für die betroffene Person und ihr Umfeld. Oft sind schon junge Menschen betroffen, die dadurch große Schwierigkeiten haben, gesunde (und stabile) Freundschaften oder Liebesbeziehungen zu führen. Dies kann sich ungünstig auf die schulische und berufliche Laufbahn auswirken. Zur Behandlung haben sich spezielle Therapien bewährt. Diese sind sehr verhaltenstherapeutisch angelehnt. Hierbei ist die dialektisch-behaviorale Therapie (DBT) zu nennen. Auch spezielle psychodynamische Therapien wie die Übertragungsfokussierte Psychotherapie (TFP = Transference-Focused-Psychotherapy) zeigen gute Effekte. Die psychotherapeutische Behandlung kann eventuell auch traumatherapeutische Elemente enthalten sowie den Einsatz von Medikamenten, insbesondere wenn weitere psychische Krankheiten wie Depressionen vorhanden sind.

Die meisten Patienten werden ambulant behandelt. Bei Suizidgefahr oder schweren Selbstverletzungen empfiehlt sich zur Krisenintervention aber unbedingt eine zeitweise stationäre Therapie in spezialisierten Einrichtungen.

#### **Weiterführende Links:**

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 1: Einführungsartikel Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 2: Paranoide Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 3: Schizoide Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 4: Dissoziale Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 5: Emotional instabile Persönlichkeitsstörung \(mit Borderline-Störung\)\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 6: Histrionische Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 7: Anankastische \(auch zwanghafte\) Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 8: Ängstliche \(vermeidende\) Persönlichkeitsstörung\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 9: Asthenische Persönlichkeitsstörung \(oder auch Abhängige Persönlichkeit genannt\)\*](#)

[\*Persönlichkeitsstörung Teil 10: Sonstige Persönlichkeitsstörungen wie z.B. die Narzisstische Persönlichkeitsstörung\*](#)

Foto: Steffen Walther